

2022年11月 サポステ講座 スケジュール

月曜日		火曜日	水曜日		木曜日		金曜日		土曜日								
午前	午後		午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後							
		1	2 10:00~11:30 心理教育①	13:00~15:00 仕事に役立つ Wordビジネス文書 ①	3 閉館日 (文化の日) 		4 10:00~11:30 コミュニケーションを 楽しもう①	13:00~14:30 言力① (ZOOM)	5 10:00~12:00 電話対応講座 (就活編)	13:30~15:30 ビジネスマナー①							
										13:00~15:00 上益城公開講座							
7 10:00~12:00 PCトレーニング	13:30~15:30 PCトレーニング	8 閉館日	9 10:00~12:00 スタート オリエンテーション	13:00~15:00 仕事に役立つ Wordビジネス文書 ②	10	13:00~15:30 働き方とその影響 14:00~15:30 YHWへ行こう	11 10:00~11:30 コミュニケーションを 楽しもう②	13:00~14:30 言力② (ZOOM) 13:00~14:30 心理教育②	12 10:00~12:00 電話対応講座 (職場編)	13:30~15:30 ビジネスマナー②							
14 10:00~12:00 PCトレーニング 10:00~11:30 睡眠教育①	13:30~15:30 PCトレーニング	15 閉館日	16	13:00~15:00 仕事に役立つ Wordビジネス文書 ③	17 10:00~11:30 整理収納で 暮らしを整えよう①	14:00~15:30 エゴグラムを使った 自己理解	18 10:00~11:30 コミュニケーションを 楽しもう③	13:00~14:30 身体をほぐそう①	19 10:00~12:00 職場の困った場面を 考えよう①	13:30~15:30 職場の困った場面を 考えよう② 13:30~15:00 家族会							
21 10:00~12:00 PCトレーニング 10:00~11:30 上益城セミナー	13:30~15:30 PCトレーニング 13:30~15:00 自分を知ろう! (ZOOM)	22 閉館日	23 閉館日 (勤労感謝の日)  13:00~15:00 仕事に役立つWord ビジネス文書④		24 10:00~11:30 整理収納で 暮らしを整えよう②	13:00~14:30 心理教育③ 14:00~16:00 YHWチャレンジ講座	25 10:00~11:30 コミュニケーションを 楽しもう④	13:00~14:30 身体をほぐそう②	26	13:00~15:00 仕事に役立つ Wordビジネス文書 ⑤							
28 10:00~12:00 PCトレーニング 10:00~11:30 睡眠教育②	13:30~15:30 PCトレーニング	29 閉館日	30	 <p>サポステ卒業生の方で講座受講希望の方はスタッフまでご連絡ください! また講座受講の為には登録が必要となりますので、サポステへご相談ください。 *事前申し込みが必要です。</p>													

*都合により講座の変更がある場合があります。ホームページ、受付カウンター等でお知らせしますのでご確認ください。